

隠岐の雑草を 活用しよう

14班

木下妃乃、常泉仁之、俵谷吏、
清水麻央、戸田晴翔

私達がこれまでに考えたこと

- ・ 隠岐の島の固有種を守る



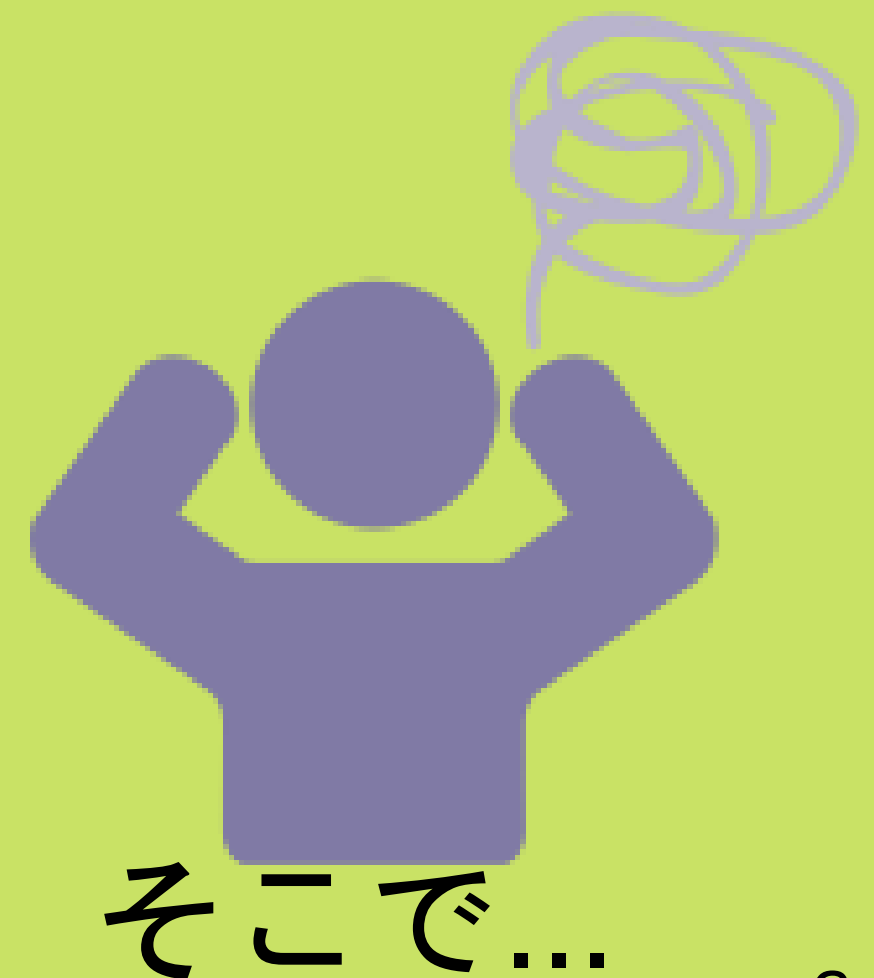
- ・ 固有種を広める、知ってもらう



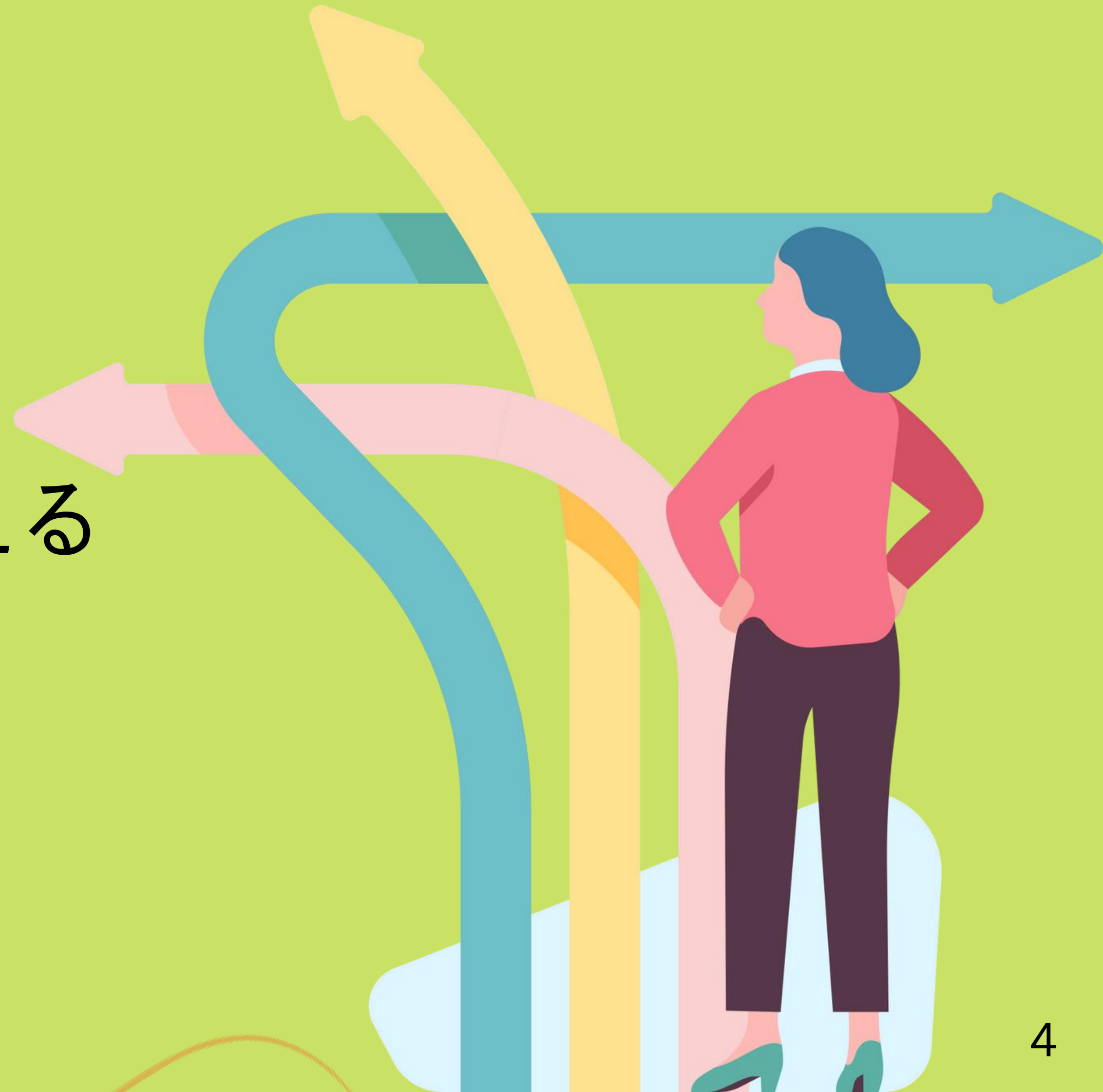
- ・ 紹介する冊子を作る
- ・ 落ちた花びらでバスボムを作る

問題点

- ・ 固有種の採れる季節が異なり、
使用すほどの量が採れなかった。
- ・ 1度きりの活動になってしまう。
- ・ 冊子は様々なところがすでに作っており、
目覚ましい効果が期待できなかった...



考え方を变える



私達が新しく考えたこと

- ・ 隠岐の島の固有種を守る



- ・ 外来種を減らす



- ・ その外来種の活用方法を探り、広める

疑問

- ・ 具体的になんの固有種を守るの？
- ・ どうやって外来種を減らすの？
- ・ なぜ活用方法を考えるの？



オキタンポポを脅かす外来種

- ・ セイヨウタンポポ
- ・ ブタナ

繁殖力が高く、オキタンポポの生息地を奪ったり、日光を遮ってしまう

また、オキタンポポと交雑して雑種を作ってしまう



それぞれの植物の違い

オキタンポポ



がくが反り返っていない

セイヨウタンポポ



がくが反り返っている

ブタナ



茎が長い

セイヨウタンポポに焦点を向け、
その活用方法を考える



セイヨウタンポポの根っこで タンポポコーヒーを作る



タンポポコーヒー

1. セイヨウタンポポの根っこの泥をよく落とす
2. 薄くスライスする
3. よく乾燥させる
4. 焦げないように30～40分ほど煎る
5. 細かく砕いて粉にする





タンポポコーヒー を飲んだ感想と結果



ブタナに焦点を向け、
その活用方法を考える

ブタナを料理に使う

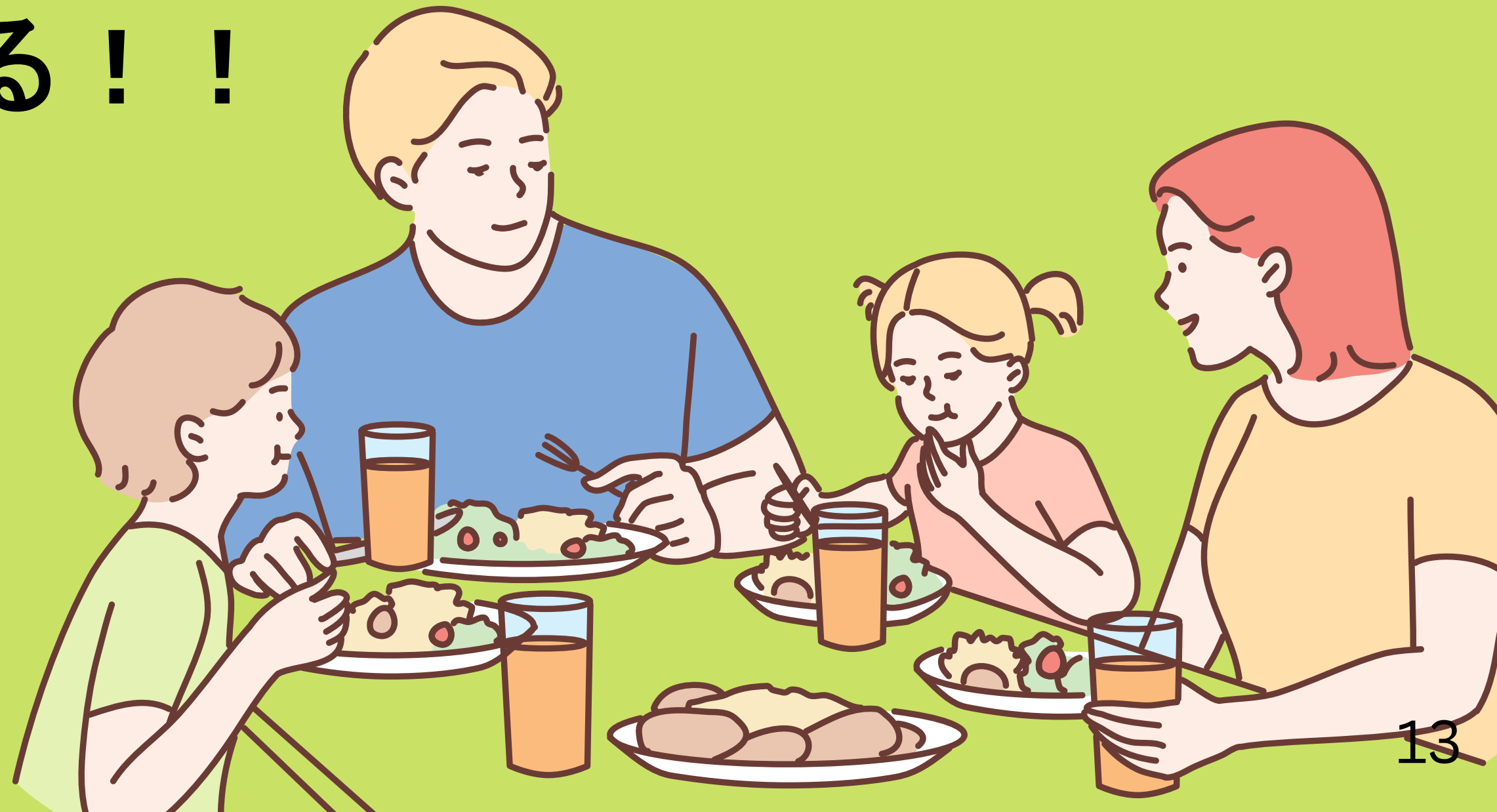


ブタナのソーセージソテー



ブタナって実は. . .

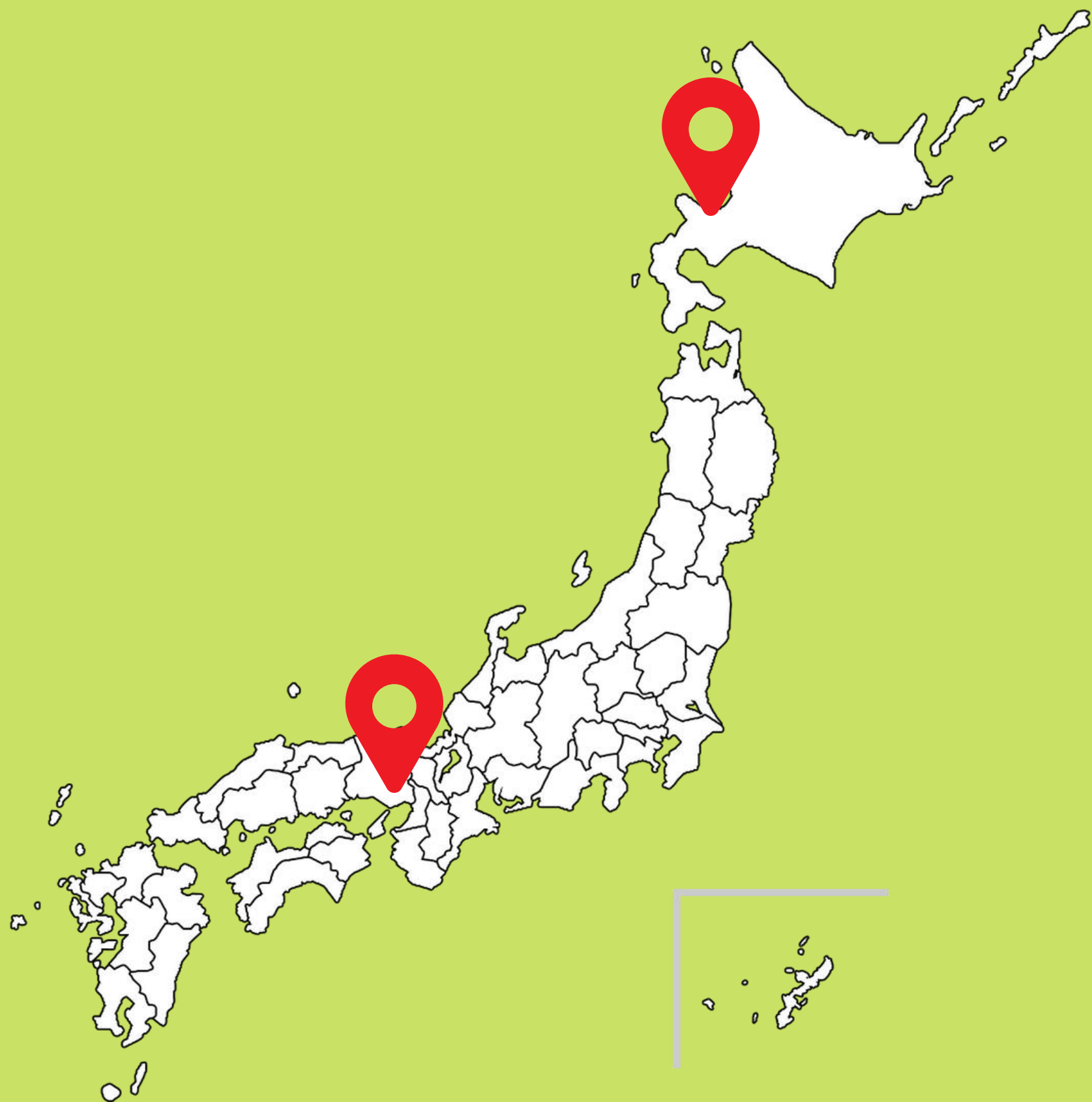
ヨーロッパでは普通に
食べられている！！

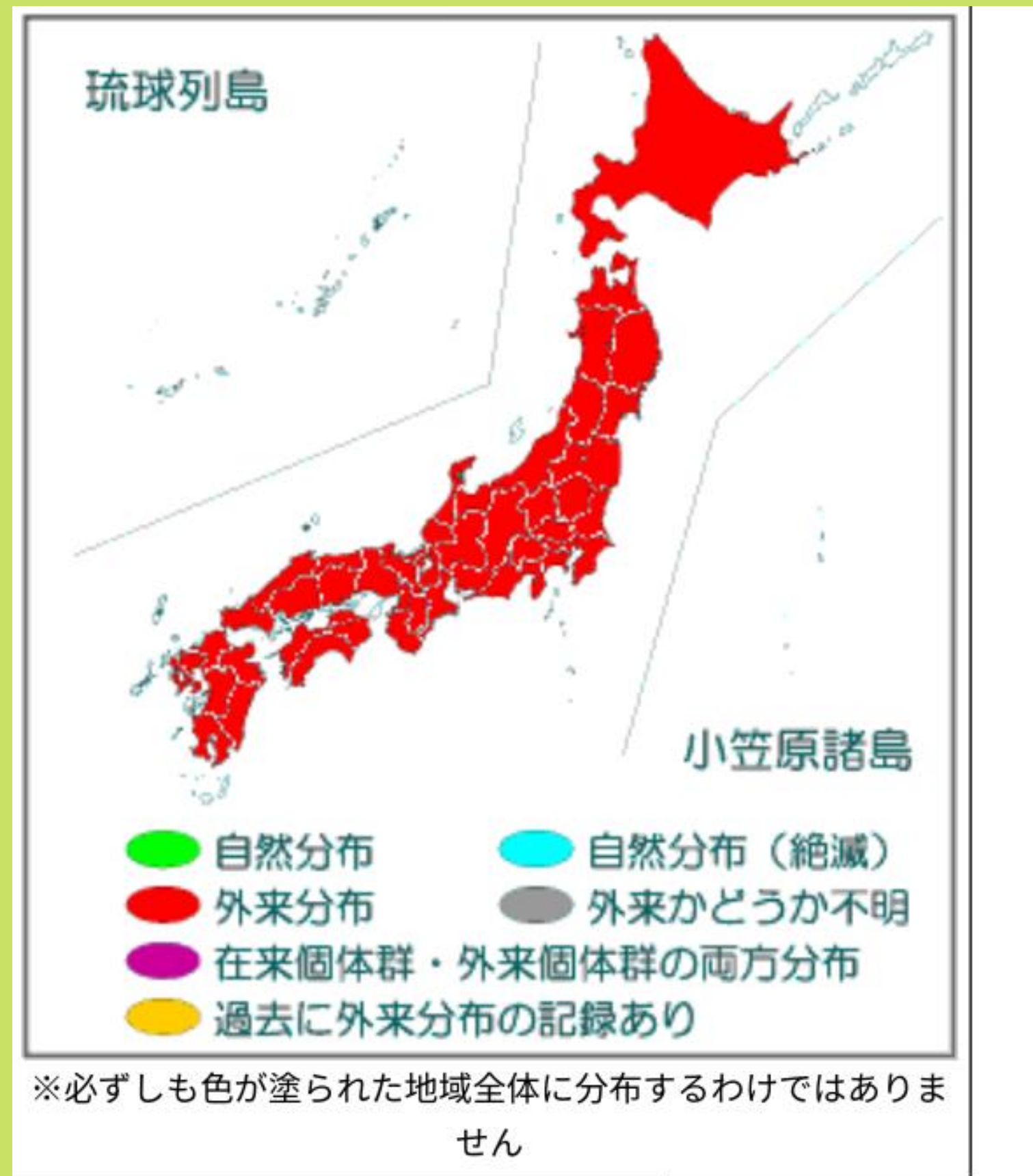




ブタナ駆除の必要性和恐ろしさ







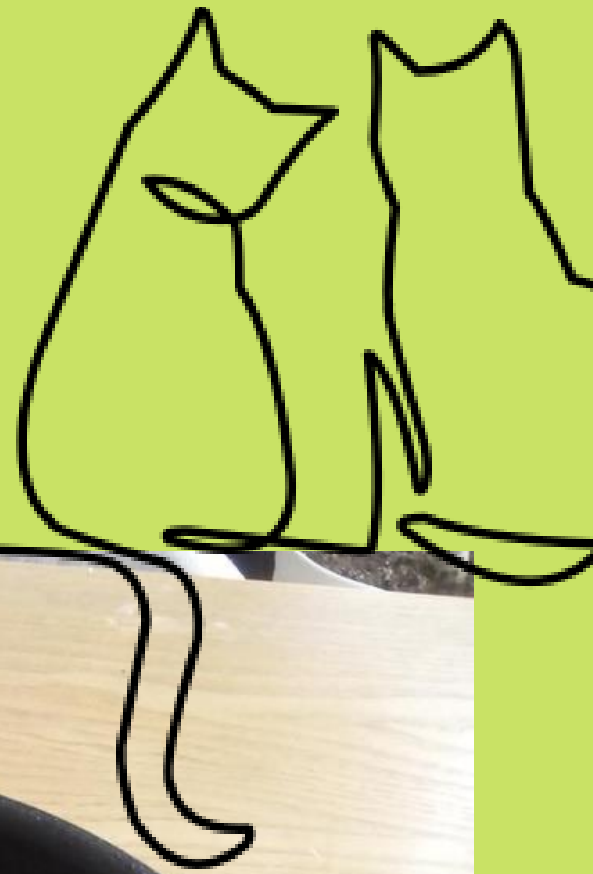
侵入してから約 100 年

※国立環境研究所



ブタナのソーセージソテー

- 1, ブタナの茎、葉を2, 3センチに切る
- 2, 8分ほど茹でる
- 3, フライパンにバターを敷き、炒める
- 4, ブタナを追加し、炒める
- 5, 塩コショウ、醤油で味を整え、
コーンを加える



ブタナのソーセージソテー を食べた感想



研修旅行でいただいた質問・アドバイス

- ・ ブタナの若菜はいつまで？
- ・ 栄養面ではどんな利点がある？
- ・ 採取・流通の流れは？
- ・ 他の食べ方はないか？



・ ブタナの若菜はいつまで？

大体春から初夏までの生えはじめの頃。
中心付近のへら形の葉が良い

・ 採取、流通の流れは？

大規模に取ったり売り出すのではなく、
山菜のように気軽に食べて食べるというような形

- ・ 栄養面ではどんな利点がある？

効能は具体的にはわからない

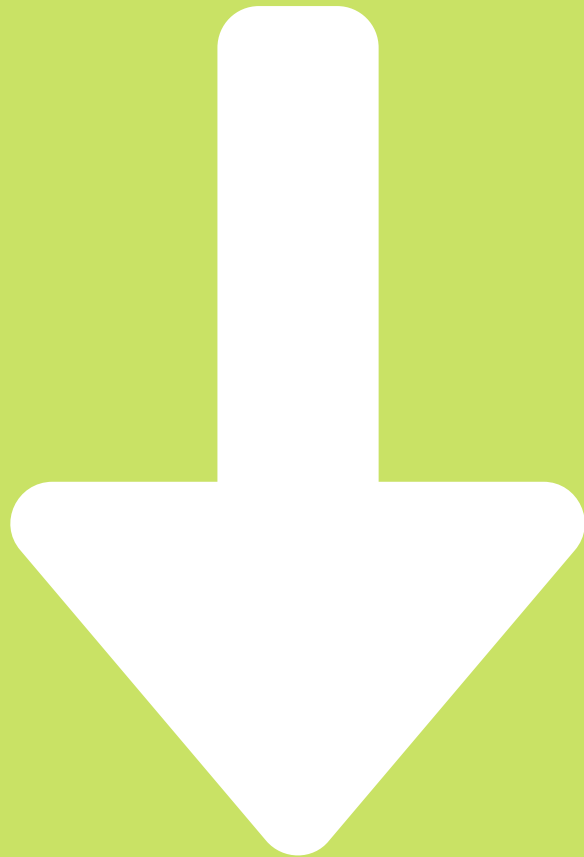
（たんぽぽと同じような効能がある？）

キク科なので花に精油成分を含み、癒やしや落ち着き、鎮静効果や免疫を整えたりといった効果がある。

（左近山雑草図鑑より）



研修旅行後に考えたこと



クラフトコーラを作る



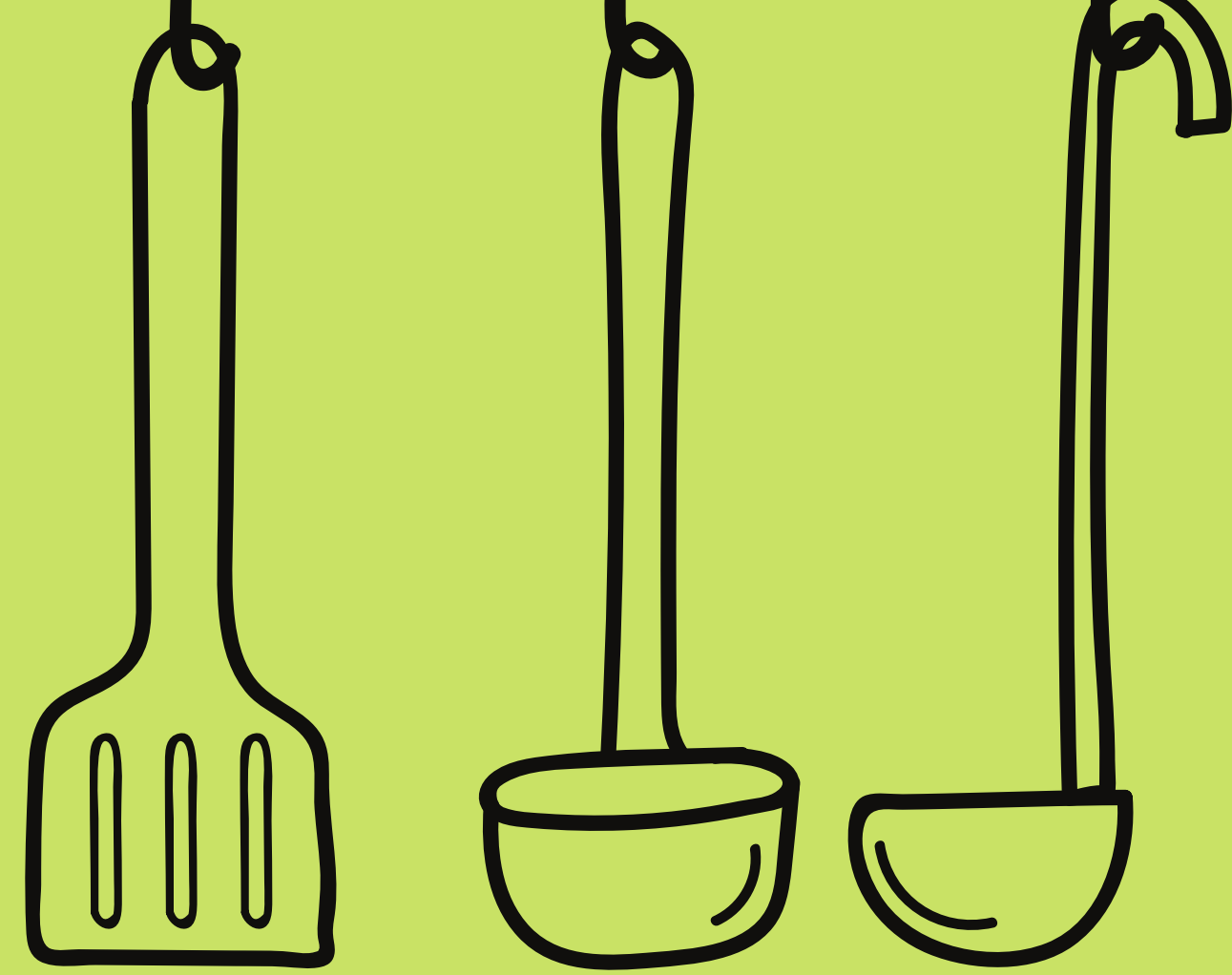
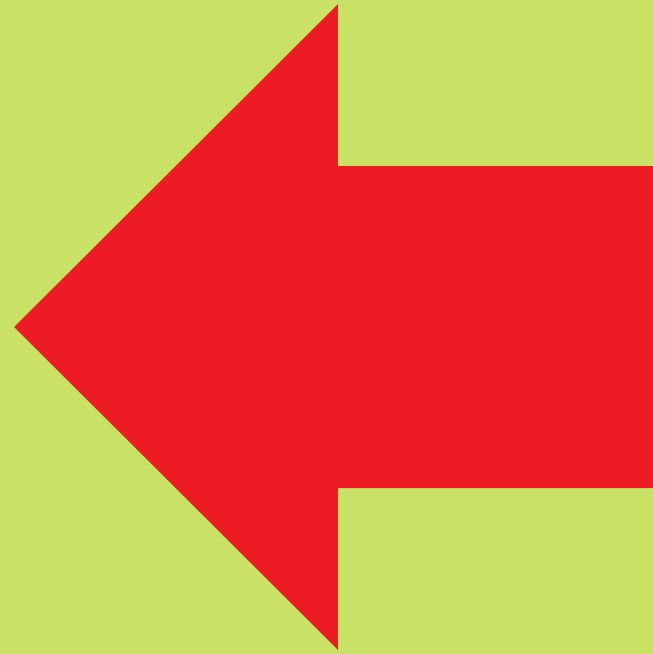
ブタナを使った新しい料理を考える

ブタナを使った料理

- ・ブタナのソーセージソテー

新しく考えたもの

- ・佃煮
- ・餃子
- ・チヂミ



硬さを逆に活かす

細かくして具材に混ぜ
ることで食べやすく

- ・ブタナのソーセージソテー



思ったより苦みや土臭さなどはなかった

- ・炭酸水で煮る
- ・よく煮てから細かくする
- ・スベカラーゼミートなど

食材を柔らかくできるものを使う

厄介者を美味しく
活用できる

クラフトコーラとは

- ・ハーブや香辛料を使った手作りのコーラ
- ・自由度が高く、自分で何をいれるか調節できる
- ・ご当地の材料を使ったものが地方で売られていることもある



クラフトコーラの試飲

島根の地コーラ

- ・ コカ・コーラなどとはまた違った味わい
- ・ 爽やかで、ハーブなどの味がする





クラフトコーラを隠岐でも作る

- 隠岐で取れた食材を使う
- 隠岐ならではのアレンジや材料を追加する

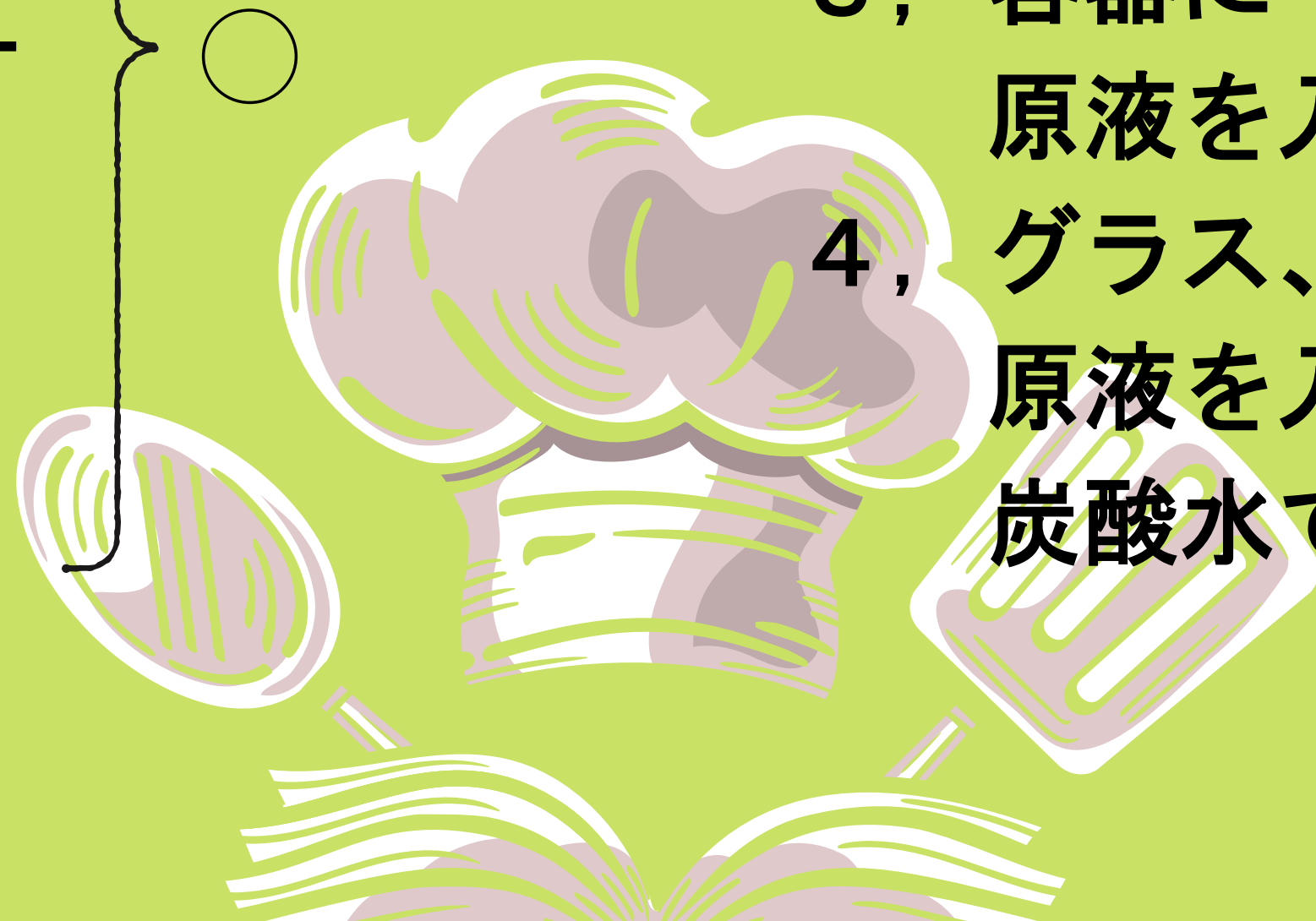
クラフトコーラ

材料

シナモンパウダー
ナツメグ
ガラムマサラ
カルダモン
ブラックペッパー
生姜
レモン
砂糖
水
強炭酸水

作り方

- 1, ○の材料を鍋に入れ、
強火で10分煮る
- 2, 弱火で10分煮る
- 3, 容器に1、2でできた
原液を入れ一日寝かせる
- 4, グラス、コップなどに
原液を入れ、4～5倍の
炭酸水で割る



反省

- ・ 時間が足りなかったり、時期が合わなかったりしてクラフトコーラやブタナ料理の実現ができなかった
- ・ 全体の話し合いがまとまらず、何をするのか決まるのが遅れてしまった



隠岐の宝物たち・ジオパークサイト一覧

<https://www.oki-geopark.jp/geopark-sites-features-list/>

四季の山野草(タクヒデンド)

https://www.ootk.net/cgi/shikihtml/shiki_2666.htm

オキタンポポ

<http://taraxacum.sblo.jp/article/42487699.html>

セイヨウタンポポ(ダンデライオン)の種

<https://www.marcheaozora.com/?pid=135000791>

ブタナ(キク科) | 素人植物図鑑

<https://www.jplants.jp/butana.html>

左近山雑草図鑑

<https://131110.art/zassozukan>

参考文献

ご聴清
ありがとうございました

